



鬼は外～福は内～
大きな声を出した後
に美味しいお寿司を
いただきます❤️



♡♡♡ バレンタインデー ♡♡♡



4月行事

1~7日……変わり湯
5日~10日 …お花見
10日………離設訓練
20日~24日…花見ドライブ
22日~28日…トルト測定

住み慣れた地域でいつまでも

三寒四温のこの時期は、急激な気温変化が自律神経に負担をかけ『寒暖差疲労』を招きます。こまめな脱ぎ着による体温調節や入浴でのリラックスを心がけ、体調の変化に注意しましょう。

看護師 高橋 優名